MONTRÉAL ACCUEIL

Bulletin septembre 2012

ÉDITO

sommaireseptembre2012

3	VIE DE L'ASSOCIATION
4	REMERCIEMENTS
5	RENCONTRES
9	ACTIVITÉS SPORTIVES
11	ANTENNES DE QUARTIER
12	ATELIERS
17	TOUS LES MOIS
18	ACTIVITÉS LINGUISTIQUES
20	ACTIVITÉS CULTURELLES
24	ACTIVITÉS LOISIRS
26	CONFÉRENCES
27	SORTIES
28	QUE FAIRE À MONTREAL ?
29	PORTRAIT
30	IMPRESSIONS DE VOYAGE
32	LES ANIMATRICES
33	TÉMOIGNAGE
34	LE COIN DES LECTEURS
35	COUPS DE COEUR
36	AGENDA

Bonjour à toutes et à tous,

Après un long temps de vacances bien mérité pour tous, voici enfin se profiler les retrouvailles, les moments de partage et les nouvelles rencontres.

Une toute nouvelle équipe de bénévoles prend doucement ses marques, le café de rentrée du Mercredi 5 septembre et le Cocktail de rentrée du Vendredi 28 septembre seront pour vous l'occasion de la connaître et d'échanger.

Nous profiterons de ces moments privilégiés pour communiquer sur un calendrier déjà bien chargé, ainsi que sur les activités qui vous seront proposées tout au long de cette nouvelle année.

Ateliers de réseautage, marche, golf, gym, bibliothèque, bridge, espagnol, soirées «tripot», 7 à 9, anglais, ateliers créatifs, brouillon de culture, chant, visites culturelles, ballets, opéras, concerts...toute l'équipe de bénévoles se mobilise à nouveau pour vous offrir un choix d'activités toujours plus large et attractif...Inscrivez-vous vite sur le site!

L'association est vivante grâce à votre dynamisme et à votre créativité, n'hésitez pas à nous faire part de vos envies, vos idées, ou votre désir de vous impliquer.

Notre prochain CA se tiendra le lundi 27 août, vous pouvez nous faire parvenir vos remarques sur notre adresse courriel, montrealaccueil@yahoo.fr

Amicalement,

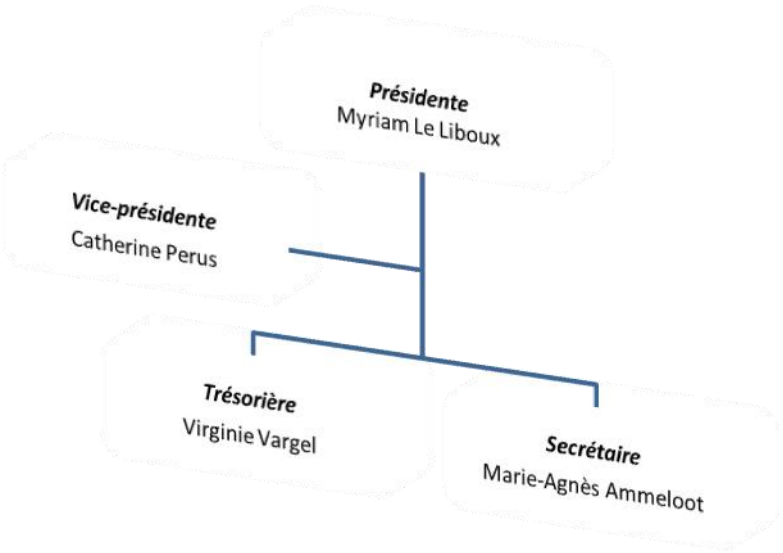
Myriam Le Liboux

VIE DE L'ASSOCIATION

Conseil d'administration 2012/2013

Présidente d'honneur **:** Sonia Clerc, épouse du Consul Général de France

LE BUREAU



LES MEMBRES

REMERCIEMENTS

Soirée de Gala juin 2012

Toute l'équipe de Montréal Accueil tient à vous remercier à nouveau pour avoir fait de notre soirée de Gala une si belle réussite.

Un immense merci :

- À **Marie-Laure Guillard**, courtier immobilier Sutton centre ouest pour avoir été **notre partenaire privilégié**, et nous avoir permis d'offrir à nos membres une fête encore plus réussie.
- À ***l'Oréal, Carrefour Desjardins, Yves Rocher, Marché Transatlantique, Veuve Cliquot, Reebok CCM, Clinique de l'oeil, restaurant Plein Sud, Europea, Sylviane Robini, Lili Graffiti, Des temps et des lieux, Mince Alors, Bidz, Jérôme B. espace coiffure, Mister Ben coiffure,*** pour avoir merveilleusement gâté nos membres avec des lots toujours plus beaux!
- À **Delphine Delair, photographe**, dont les photos souvenirs ont été mises gracieusement à notre disposition sur le site .

L'équipe Montréal Accueil

Équipe Montréal Accueil 2011/2012

Au moment même où commence cette nouvelle année, où l'enthousiasme nous gagne pour de nouveaux projets, où ce bulletin se monte tout doucement, une pensée amicale s'envole vers celles qui ont donné du temps, du talent, de l'énergie et de la passion à Montréal Accueil en 2011-2012.

Frédérique, Sandrine, Blandine, Laetitia, Anne, Charlotte, Caroline, Guenièvre, Yolla, Sylvie, Karine, tous nos vœux de réussite pour vos nouveaux projets !

Au nom de toute l'équipe Montréal Accueil 2012/2013 : un immense Merci, pour tout.

Myriam Le Liboux

RENCONTRES

Café de rentrée

Nous vous donnons rendez-vous pour notre maintenant traditionnel et très attendu **Café de rentrée :**

Mercredi 5 septembre

Comme l'an passé, nous accueillerons les **nouveaux membres à 9h30** et les **"anciens" nous rejoindrons à 10h30.** Le lieu vous sera communiqué ultérieurement.

C'est une excellente occasion pour les nouveaux membres et pour ceux qui souhaitent le devenir, de découvrir l'association et les activités qui sont proposées. Toute l'équipe sera présente pour vous accueillir et répondre à vos questions. Ce rendez-vous est bien sûr un très bon moment pour les membres qui s'y retrouvent après les 2 mois d'été. Notre trésorière sera présente pour le renouvellement de votre cotisation.

Nous nous faisons un plaisir de vous rencontrer et de vous revoir après la pause estivale

L'équipe Montréal Accueil

Information relayée via notre site (*Activités—Rencontres—Café de rentrée)*

Docteur Gilbert LEVET
Psychologue - Psychanalyste
Adultes - Couples - Enfants

Membre de l'Ordre des Psychologues du Québec

Docteur en Psychologie clinique de la Faculté de Provence Aix-Marseille
Analyste Praticien de l'Espace Analytique - Paris
Guest of the Canadian Psychoanalytic Society QE

4177 avenue Girouard, Montréal (NDG) H4A-3E3
Tél. : 514-827-3821

RENCONTRES

Cocktail de Bienvenue
Pour se retrouver, rencontrer, partager,
ne manquez pas ce premier rendez-vous festif !
Vendredi 28 septembre
College Stanislas, 19 h
Delphine Delair Photographie

Le cocktail, financé intégralement par l'association, est ouvert aux membres et à leur conjoint à jour de cotisation.

Inscription via notre site (*Activités—Rencontres—Cocktail de bienvenue*) RSVP avant le 21 sept.

- de 1 an à Montréal | Entre 1 et 5 ans à Montréal | + de 5 ans à Montréal

Pique-nique de bienvenue

Code vestimentaire de rigueur !

Nous vous invitons à nous rejoindre autour d'un apéritif offert par Montréal Accueil pour l'évènement familial de la rentrée, le grand **pique-nique de bienvenue** :

Dimanche 16 septembre

À partir de 12 h

Parc d'Outremont,
avenue Saint-Viateur, Montréal

Venez nombreux : **conjoints, enfants et pique-nique** rencontrer vos hôtesses de quartiers ou simplement avoir le plaisir de vous retrouver après la période estivale.

L'équipe Montréal Accueil

Information via notre site (*Activités—Rencontres—Pique-nique de bienvenue*)

J'ai découvert le **pique-nique de bienvenue** à Dubaï sous le nom de ***Welcome Attitude .*** Son originalité consiste à porter, ce jour-là, des T-shirts/chemises ou chemisiers de couleurs différentes en fonction de l'ancienneté :

- **Bleu** pour les nouveaux arrivants,
- **Blanc** pour ceux qui sont là depuis 1 an et moins de 5ans
- **Rouge** pour les plus de 5 ans

Croyez-en mon expérience, ce simple artifice vestimentaire permet de transformer une simple réunion familiale en un événement ludique. Les nouveaux arrivants, grands et petits, sont heureux de voir qu'ils ne sont pas seuls et vont échanger spontanément leurs premières impressions et expériences d'expatriation. Les plus « anciens » sont consultés sur leur « longévité » dans le pays et les bonnes adresses qu'ils ont su dénicher.

C'est un échange extraordinaire et un moment de partage unique dont je me souviens avec émotion, c'est pourquoi j'ai proposé à l'équipe de Montréal Accueil de l'organiser ici à Montréal.

Bérangère Paineau

RENCONTRES

Sortie entre filles

Que diriez-vous d'une sortie entre filles un soir de semaine ?
Rendez-vous décontracté où nous pourrons parler de tout et de rien autour de bons petits plats.
Si cela vous tente, c'est avec plaisir que nous vous invitons à nous retrouver :

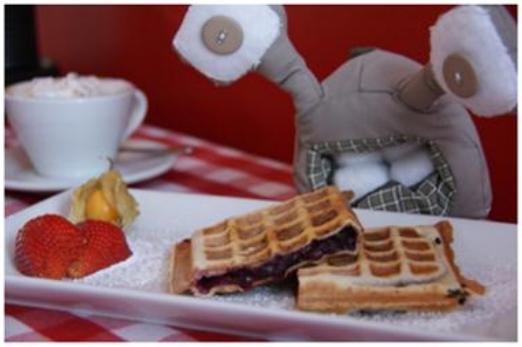
Jeudi 13 septembre
à 20 h

Au F BAR
Place des Arts, 1485, rue Jeanne-Mance,
Montréal H2X 2J4

Catherine Perus

Inscription via notre site (*Activités—Rencontres—Sortie entre filles*) RSVP avant le 8 sept.

Fabricant de gaufres artisanales sucrées & salées
Apport en vitamines, fer, calcium, sourires et plaisir garanti



Surprise pour vos enfants lors de votre 1ère visite !

ENGAUFREZ★VOUS
8 rue Rachel Est, Mtl H2W 1C5 – 514 845 7070
www.engaufrezvous.com

Les Services des Génies Inc.
www.lesservicesdesgenies.ca

Services personnalisés à domicile*

- **Aide à domicile**
- **Soutien scolaire jusqu'à la Terminale S, ES, L**
- **Bien-être**
- **Activités de loisirs**
- **Informatique**

Contact : Catherine Feuillarade
c.feuillarade@videotron.ca
514 - 883 - 4440
***avec reçu pour impôts et assurances**

ACTIVITÉS SPORTIVES

Marche et raquettes

Vous aimez marcher ?
Vous aimer parler ?
Vous souhaitez vous remettre de la fin de semaine ?
Alors nous vous donnons rendez-vous les **lundis à 9 h 30.**
En raquettes l'hiver, en basquets l'été, venez rejoindre le groupe des fidèles marcheuses qu'il pleuve, qu'il neige ou qu'il fasse beau !

Rendez-vous : **Lundi 10 septembre**

Au Chalet Smith
Parc du Mont Royal1260 chemin Remembrance, Montréal

Gisèle Giraud

Bilan 2011 / 2012	
Sorties	30
Température minimale	- 28°
Participantes (+ chiens)	27 + 5
Km parcourus	3400
Thés ou cafés ou chocolats	540
Photos prises	320
Fous rires	Des milliers

Inscription via notre site *(Activités—Activités sportives—Marche et raquettes).*

bradorhiver
www.BradorHiver.com
NOUS PAYONS LES TAXES !
PRÉVENTE
Du 4 août au 31 octobre
CADEAU GRATUIT*
20 % à 40 % de réduction
Ensembles d'hiver de grandes marques, tuques, bas thermal, cache-cous et mitaines de qualité pour bébés et enfants
J'adore Brador ! Suivez-nous !
OUVERT 7 JOURS
Du lundi au samedi : 9 h à 17 h
Dimanche : 10 h à 16 h
350, rue Louvain Ouest à Montréal (suite 133)
T. : 514.381.8076 | SANS FRAIS : 1.877.845.8076

Golf

Bientôt la fin de l'été : quoi de plus merveilleux que de profiter des belles couleurs automnales sur un terrain de golf !

Je vous propose pour la fin de saison, un peu d'échauffement sur un practice et/ou, un peu de fun sur un parcours compact. Rendez-vous de **9h30 à 12h** :

Mardi 11 septembre

(lieu communiqué ultérieurement)

Prévoyez une tenue décontractée (pas de jeans) et des chaussures de sports.

Patricia Dubé

Inscription et information via notre site *(Activités—Activités sportives—Golf)*

ACTIVITÉS SPORTIVES

la gymnastique

Tous les **mardis de 9h30 à 10h30**, en musique, nous avons fait travailler nos muscles. Nous avons durement souffert pour être belles tout l'été !

...Et regardez le résultat : Ne sommes-nous pas rayonnantes !

Merci encore pour votre présence, votre assiduité, votre bonne humeur et ce très sympathique repas !

Apportez une serviette ou un tapis de gym, une tenue confortable, une bouteille d'eau, et surtout votre plus beau sourire !

Retrouvons-nous pour une séance d'abdos-fessiers entre amies de **9h30** à **10h30** ***au 4979, avenue Victoria*** :

Mardi 11 septembre

Éliane Monnier

Inscription et information via notre site *(Activités—Activités sportives—Gymnastique).*

Sutton
groupe sutton - centre - ouest inc.
Agence immobilière
MARIE-LAURE GUILLARD • COURTIER IMMOBILIER
expérience - efficacité - service personnalisé
> POUR L'ACHAT, LA VENTE OU LA LOCATION DE VOTRE PROPRIÉTÉ
514-918-6491 • mguillard@sutton.com • www.mlguillard.ca

ANTENNES DE QUARTIER

les Cafés de quartier

Vous souhaitez connaître les bons plans et bonnes adresses de votre quartier ?
Faire connaissance avec ceux qui habitent près de chez vous ou simplement partager un moment de détente et de convivialité autour d'un bon café ?

Alors, venez nous rejoindre lors de nos ***cafés Antennes de Quartier*** chez votre hôtesse de quartier ou bien chez ceux et celles qui souhaitent ouvrir leur porte.

Pour les rendre encore plus interactifs et enrichissants, certains cafés pourraient être à thèmes. Si vous avez des idées ou des suggestions, n'hésitez pas à me contacter ! Vous trouverez également sur le site de Montréal Accueil les coordonnées de vos hôtesses de quartiers.

Vous retrouverez les **dates des premiers cafés dans l'agenda à la fin de ce bulletin** ou sur note site.

Bérangère Paineau

Information via notre site *(Antennes de quartier)*

Le café de rentrée de **l'antenne Grand Quartier** aura lieu **Jeudi 13 septembre**, à partir de **9h 30 pour les nouvelles**, et dès **10h30 pour les anciennes .** L'adresse vs sera communiquée ultérieurement. Nous vous attendons nombreuses !

Inscription et information via notre site *(Activités—Antennes de quartier—Grand quartier).*

Thermomix

VORWERK
Le meilleur pour votre famille

Vous souhaitez manger mieux en gagnant du temps ?

Inscrivez-vous à une démonstration suivie d'une dégustation gratuite !

Pour les adhérents de Montréal accueil, un deuxième livre de cuisine offert !

Importations NOBELHAUS 1269 av Van Horne, Montréal, QC H2V 1K5
Tél : 514 270 3735
Site Internet : www.thermomixcanada.ca

SARAVEILLE
LOGISTIQUE RÉSIDENTIELLE & PERSONNELLE

POUR S'ABSENTER EN TOUTE SÉRÉNITÉ !
VISITES DE SURVEILLANCE DE DOMICILE
ET AUTRES SERVICES PERSONNALISÉS

FRÉDÉRIQUE PAGENAUD
COACH DE MAISON
BUR.: 514-271-2422
CELL.: 514-883-4332

INFO@SARAVEILLE.CA WWW.SARAVEILLE.CA

ATELIERS

Coaching santé

Des rencontres **hebdomadaires d'une heure** pour garder la ligne et la forme :

- Faire du sport en trouvant des partenaires à chaque rencontre en fonction de son emploi du temps (bien plus facile de marcher ou nager à deux ou à plusieurs !),
- Surveiller soi-même son poids à chaque séance en toute confidentialité…
- Échanger ses petits "trucs" et ses recettes diététiques autour d'un lunch deux fois par trimestre...

Voilà de quoi se motiver pour prolonger les bonnes intentions de la rentrée !

L'inscription sera **payante*** histoire de s'engager réellement. Le chèque sera restitué en fin d'année à celles qui auront vraiment joué le jeu et fait preuve d'assiduité. Pour les autres, il sera reversé à une association caritative :)

Cette activité commencera **début octobre.**

Véronique Pycke

* 100$ en chèque daté mai 2013 et conservé par la trésorière de Montréal Accueil.

Inscription et information via notre site *(Activités—Ateliers—Coaching santé).*

.M.K
Clinique thérapeutique

Kinésithérapie Ostéopathie
Massothérapie

Pour un rdv : 514 506 8665

Suite 532 - 372 rue Sainte Catherine - Montréal H3B 1A2
http://www.cliniqueomk.com
equipe@cliniqueomk.com

Économiser sur vos assurances : c'est réglé.
Jusqu'à 100 $ de réduction sur une nouvelle assurance auto
Service professionnel et personnalisé
Affiliée à : La Capitale Assurances générales
Anna Etcheverry
Agente en assurance de dommages
450 937-5717
www.annaetcheverry.com
Cabinet en assurance de dommages

Club dégustation

Nous proposons aux plus gastronomes d'entre vous de faire partie de notre « Club Dégustation ».

Pour la quatrième année consécutive, nous vous proposons donc le Club Dégustation "Cuisine Familiale", qui a pour but le partage de mets traditionnels ou exotiques, faciles à reproduire en famille ou entre amis.

Parmi les recettes des années précédentes : *une mousse de betteraves au citron, un curry vert de volaille, une soupe de lentilles corail, une tarte au chocolat amer, une bonbonnière de la mer, des filets de saumon glacés à l'érable..*

L'idée reste la même au fil des années : partager des recettes originales et savoureuses, chercher à surprendre les autres membres... interdiction donc d'apporter une tarte achetée en pâtisserie !

Attention, le nombre de participantes est **limité à 8/10 par club**. Mais si 20 personnes sont intéressées, nous pourrons créer 2 clubs !

Anne Coutant

Le concept est simple :

Le Club comprend 8 personnes et le groupe est formé pour l'année (octobre à juin).
Le Club se réunit chaque mois pour un déjeuner chez l'une des membres. La personne qui reçoit se charge de cuisiner le plat principal, une autre membre prépare l'entrée, et une troisième les desserts. Les membres participent ainsi à tour de rôle au cours de l'année à la préparation des plats.
Les recettes sont bien entendu partagées entre les membres à la suite du déjeuner.

Inscription et information via notre site *(Activités—Ateliers—Club dégustation - cuisine familiale).*

groupe sutton - immobilia inc.
agence immobilière
Sutton
Claudia Nelke
courtier immobilier / real estate broker
514.583.1766
cnelke@sutton.com
service personnalisé - confidentialité - disponibilité
1260, avenue Bernard, bureau 2, Outremont, Q.C. H2V 1V9
bur. : 514.272.1010 fax : 514.272.3034 www.sutton.com

ATELIERS

Cuisine

Nous vous proposons cette année encore nos ateliers cuisine dont le succès ne se dément pas, année après année !

Le fonctionnement est simple :

La maîtresse de maison réunit chez elle une **dizaine de membres** de l'association pour leur faire découvrir quelques recettes (le nombre de participants peut varier en fonction de la taille de la maison dans laquelle se déroule l'atelier).

Chacune participe en matinée à **l'élaboration des plats**, qui sont ensuite **dégustés lors d'un déjeuner amical** qui conclut la séance.

La **maîtresse de maison se charge d'acheter les ingrédients** nécessaires aux recettes et le **coût est partagé** lors de l'atelier entre toutes les participantes.

Chacune **repart avec une copie papier des recettes** du jour afin de pouvoir les réaliser à son tour.

Il peut s'agir de spécialités ethniques, en fonction de vos origines ou des pays dans lesquels vous avez vécu, de spécialités régionales, familiales, ou plus simplement de recettes que vous aimez particulièrement et que vous souhaitez faire découvrir aux autres.

Nous sommes à la recherche d'hôtesses qui souhaiteraient nous faire partager leurs bonnes recettes tout au long de l'année. Et si vous ne pouvez recevoir chez vous, nous pouvons mettre une cuisine à votre disposition. Nul besoin d'avoir 3 étoiles au Michelin pour participer, il s'agit en général de recettes simples, que chacune peut ensuite réaliser facilement.

Anne Coutant

Compte tenu du succès de ces ateliers, **l'inscription préalable est impérative.** Une seule inscription par personne sera acceptée. Si vous ne pouvez venir, merci d'en aviser la responsable afin qu'une personne en liste d'attente puisse bénéficier de votre place. Si votre **désistement se fait en toute dernière minute**, nous vous demandons de bien vouloir **régler votre participation à l'hôtesse** afin que celle-ci ne soit pas lésée.

Notre **premier atelier "Spécial Nouvelles"** , une séance sur le **thème "les bonnes adresses de Montréal"** agrémenté d'un menu réalisé avec les produits d'ici. **Marie-Laure Morin et Anne Coutant** vous guideront dans Montréal pour découvrir quelques bons plans avant de rentrer préparer un déjeuner qui vous permettra de découvrir quelques produits locaux. Une excellente occasion de poser toutes vos questions.

Lundi 24 septembre
à 9 h
Chez Anne Coutant

Inscription et information via notre site *(Activités—Ateliers—Cuisine).*

Carrière et réseautage

Tirer son épingle du jeu en arrivant au Québec !

L'arrivée au Québec d'un immigrant francophone peut être motivée par diverses raisons comme la recherche d'un travail plus stimulant ou d'un environnement de travail plus favorable ou encore le désir d'entreprendre dans un nouveau pays, et surtout le désir de s'intégrer, de se réaliser pleinement.

Seulement voilà, entreprendre la recherche d'un nouvel emploi ou relever un nouveau défi dans une carrière est une chose, jumeler ce défi dans un contexte d'expatriation en est une autre. C'est un peu comme si vous deviez passer maître stratège dans un jeu dont il faudrait apprendre les règles en cours de partie. Pas question de laisser place au hasard, ni de tout miser sur la chance! L'objectif de la cellule Carrière et Réseautage de Montréal est justement de partager quelques réflexions qui vous aideront à devenir le vecteur de votre réussite professionnelle au Québec.

Avant de vous lancer dans la partie (ou de *jouer la game*), définissez votre carte d'identité

En vous expatriant, vous avez démontré que le changement ne vous fait pas peur. Vous avez des atouts, mais les connaissez-vous vraiment? Il est compréhensible que vous soyez encore en phase de découverte de votre terrain de jeu, en revanche vous devez maîtriser parfaitement votre carte d'identité professionnelle : traits de personnalité, compétences, réalisations, valeurs, facteurs de motivation, etc. Votre CV en sera le reflet en respectant les critères de présentation utilisés au Québec.

La partie peut avoir lieu dans les deux langues officielles, préparez-vous en conséquence. Votre niveau d'anglais mérite-t-il un renforcement ? Vous maîtrisez certes la langue française, mais quelle est votre aisance avec les subtilités locales ?

Une fois votre cheminement de carrière retracé, vient la question de l'objectif professionnel en soit. Quel marché et quelle position ciblez-vous? Certains interlocuteurs vous inciteront à rebondir sur la première chance qui s'offre à vous, argumentant que l'essentiel est de décrocher la « première expérience québécoise », bref, « de semer à tout vent et de voir ce qui pousse »… Résistez à la tentation de répondre à votre besoin de sécurité, accordez-vous quelques temps pour définir votre porte d'entrée sur le marché. Ciblez plutôt le coin de jardin où vous serez susceptible de vous épanouir dans les meilleures conditions et obtenir la progression souhaitée. Il n'est pas rare de faire un pas en arrière par rapport à votre poste précédent. Votre *job-in* doit cependant rester transitoire et vous permettre de gagner la confiance de votre employeur, d'illustrer vos compétences et d'accéder rapidement à l'échelon supérieur.

Faites votre plan de match et lancez-vous à 100%…

Quelle stratégie adopter pour mener à bien votre projet?
En quoi votre CV reflète-t-il l'adéquation la plus parfaite entre vos réalisations et les critères de sélection de la position que vous visez?

Le CV passe-partout n'existe pas mais un travail de fond d'une trame reflétant vos réalisations clés, en accord avec la position recherchée constitue une bonne base. Il s'agira ensuite de l'adapter en fonction de votre interlocuteur ou de l'utilisation que vous en faites.

Combien de temps êtes-vous en mesure de consacrer à votre recherche? La réponse aux offres, l'organisation de votre suivi, les recherches multiples sur le milieu, les compagnies ou les actualités du marché, l'utilisation des réseaux sociaux, représentent autant d'actions clés à prioriser et rempliront facilement l'agenda d'un chercheur d'emploi engagé.

(suite page 16)

Carrière et réseautage (suite)

(Suite de la page 15)

Vos chances de succès diminuent avec le manque de persistance et d'organisation. Votre *première job* à temps complet (NB : féminin au Québec) est votre recherche d'emploi, engagez-vous à 100% dans le processus!

À tout moment, à vos marques, prêts, réseautez !

80% des offres d'emploi ne sont pas publiées et appartiennent au marché caché. C'est votre chance! Avec une stratégie bien pensée, vous serez moins exposé à la concurrence.

La constitution d'un réseau étendu et sa bonne utilisation s'avère l'un des facteurs les plus puissants dans le succès de votre stratégie de recherche d'emploi ou de développement d'affaires au Québec.

Réseauter va bien au-delà de l'utilisation du nom de quelqu'un pour contacter une autre personne. Les réseaux les plus solides sont souvent ceux pour lesquels on partage davantage d'informations qu'on en obtient. Posez-vous la question de la façon dont vous pouvez contribuer à enrichir le réseau convoité, plutôt que de chercher à obtenir à tout prix un nom, une opportunité d'emploi ou d'affaires.

Les erreurs classiques par rapport au réseautage :

- Sous-estimer la taille de son réseau
- Confondre « référence » et « piston »* à la française
- Négliger de contacter des personnes à qui l'on n'a pas parlé depuis longtemps
- Vouloir obtenir sans être prêt à donner
- Se montrer harcelant

*piston : privilégier les relations (souvent haut placées) plutôt que les compétences pour trouver un emploi.

Au cours des entrevues, soyez prêt à jouer le jeu jusqu'au bout! Les recruteurs adorent se lancer dans le *role play*, la mise en situation. L'entrevue occasionnera souvent des questions très pratiques. L'objectif n'est pas de vous déstabiliser mais bien d'évaluer comment vous réagiriez en situation réelle. Faites-vous confiance, laissez-vous aller, vous êtes déjà en poste, comment agiriez-vous ?

Réseautez avec la cellule Carrière et réseautage, et Montréal Accueil.

Vous souhaitez avoir l'occasion de partager votre expérience, échanger sur ce thème, être entouré et accompagné dans la définition de votre projet professionnel et gagner du temps dans votre recherche d'emploi ou le lancement de votre entreprise au Québec, alors venez assister aux événements de Montréal Accueil orienté sur le volet professionnel.

L'Équipe « Carrière et réseautage ».

L'équipe « Carrière et réseautage » vous invite à sa 1ère rencontre de l'année :

Mercredi 19 septembre

(en soirée)

Céline Chabée, Pascal Chene, Céline Flamme, Émeline Forray

Inscription et information via notre site *(Activités—Ateliers—Carrière et réseautage)*

TOUS LES MOIS

les Cafés-poussettes

Les **« Cafés-Poussettes »** sont un lieu de **rencontre mensuel** pour tous les parents (futurs parents, jeunes parents et parents confirmés avec leurs enfants ou sans!) qui souhaitent socialiser, s'informer et échanger des bons plans sur leur **quotidien à Montréal avec des enfants**.

Nous nous réunissons chez l'une d'entre vous pour juste un café mais aussi pour des **conférences, des découvertes, des braderies de vêtements, des ventes trocs de jouets et même des sorties au parc.**

Et bien d'autres nouveautés encore cette année pour nous réunir ! Prochain rendez-vous :

Mercredi 12 septembre

À 9 h 30

Maité Dolz et Isabelle Jacquemard

Inscription et information via notre site *(Activités - Tous les mois—Café-Poussettes).*

Banque de gestion privée
des Français à l'étranger
Depuis plus d'un siècle, s'appuyant sur une relation de confiance avec ses clients, la Banque Transatlantique a développé pour les Français vivant à l'étranger un savoir-faire unique en matière de gestion patrimoniale et de financement de leurs investissements en France. Elle offre désormais aux français résidant au Canada la possibilité d'être accompagnés par une équipe dédiée maîtrisant les spécificités et les problématiques liées à l'expatriation.
Bureau de Montréal
1170 rue Peel - Bureau 601
Montréal, Qc, H3B 4P2
Tél. : + 1 (514) 985 4137
Email : btmontréal@banquetransatlantique.com
CIC Banque Transatlantique

ACTIVITÉS LINGUISTIQUES

Conversation espagnole

HOLA ! Nuestras reuniones de conversación en español se llevan a cabo los martes, cada 15 días, de la 1 a las 3 de la tarde. Nos reunimos cada vez en lugares diferentes, ya que cada una de nosotras recibe al grupo cuando le conviene.

Son reuniones en las que hablamos desde luego en español y abordamos diferentes temas. Este año seremos dos encargadas del grupo, cada una de diferentes paises de América Latina. El ambiente es agradable y cada cual tiene la oportunidad de intervenir y participar en la conversación.

Si consultas el calendario de la asociación tendrás las fechas en las que nos reunimos y el lugar de la reunión. En caso de duda, contáctanos por medio del sevicio de mensajes de Montréal Accueil, para que te demos los pormenores. La première rencontre se fera chez *Nidia Serrano-Morisset* de **13 h à 15 h :**

Mardi 11 septembre

Nidia Serrano-Morisset

Inscription et information via notre site *(Activités - Activités linguistiques—Conversation espagnole).*

L P
RELOCATION
CANADA

Nous vous aiderons à réussir votre installation au Québec.

Réduisez le temps perdu, évitez les erreurs parfois lourdes de conséquences.

Orientation
Logement temporaire
Formalités

Déménagement
Logement permanent
Écoles

Une Agence indépendante à taille humaine,pour un service de qualité.
Le spécialiste de Montréal

Des packages économiques ou un programme sur mesure.
Nos services sont en général offerts par les entreprises

Contactez-moi :
laurence@lprelocation.com

RELOCATIONS LAURENCE PRAT Inc.
5645 avenue Wilderton MONTREAL (QC) H3T 1S1 Canada
Tel. +1 (514) 739 24 24 Fax +1 (514) 739 24 25
Membre de CERC, Canadian Employee Relocation Council

ACTIVITÉS LINGUISTIQUES

Conversation anglaise

Are you interested in improving or keeping up your English while in Montreal?

Join us on Friday mornings for conversations, readings, grammar tips and vocabulary enrichment.

The "English as mothertongue" animators from England, Canada and the States will attune your ears to the varieties of the spoken language, and the distinctive vocabulary of each.

The venues change weekly as members alternate turns for hosting the class at their home.

All that's needed is a place to sit around on chairs, couches, pillows – whatever works for the group at hand.

Regular attendance is strongly encouraged for the most benefit, but occasional participants are welcome.

The first class will begin on :

Friday September 14 (from 10 to 12)

Theresa Lundsford

Inscription et information via notre site *(Activités - Activités linguistiques—Conversation anglaise).*

Garderie Les Globe-Trotteurs

La Garderie des Globe-Trotteurs

La garderie des Globe-trotteurs accueille 68 enfants, dont 10 poupons et 58 enfants de 18 mois et plus.

Nous offrons un programme éducatif bilingue.
Environnement agréable et sécuritaire, ambiance chaleureuse, encadrement compétent: équipe passionnée et qualifiée recrutée selon les critères du Ministère de la famille et des ainés.

663 2e Avenue
Lachine (QC) H8S 2T3
Tel : (438) 289-1555
Contact: Françoise Callamand-Mayer
Courriel : info@globe-trotteurs.ca
http://www.globe-trotteurs.ca

ACTIVITÉS CULTURELLES

Brouillon de culture

Composé d'une quinzaine de membres, Brouillon de culture est un club pour les passionnées de lecture. Les membres reçoivent le groupe à tour de rôle . Les rencontres ont lieu le **mercredi à 13h30**, **une fois par mois**. Pour l'année 2012-2013, les membres ont décidé que les lectures seraient des **romans dont la toile de fond est historique** (Les biographies et les autobiographies ne sont pas exclues). Prochain rendez-vous le :

Principe de l'activité : *Une liste d'œuvres est choisie d'après les suggestions et les intérêts des membres et, chaque mois, toutes les participantes lisent le livre « au menu ». Le livre est ensuite présenté par la personne qui l'a proposé. Cette présentation est suivie d'une table ronde qui permet à chaque lectrice d'apporter ses commentaires, ce qui suscite souvent des discussions des plus intéressantes!*

Mercredi 19 septembre
chez Alexandra Setton

Aline Huni

Inscription et information via notre site *(Activités - Activités culturelles—Brouillon de culture).*

ACTIVITÉS CULTURELLES

Bibliothèque

L'activité bibliothèque propose aux passionnés de lecture de partager des coups de cœur, des découvertes autour d'un café, **une fois par mois,** le **lundi de 13 h à 15 h** chez différentes hôtesses.

L'intérêt est de s'ouvrir à des auteurs contemporains venus du monde entier, des styles littéraires, de se tenir au courant de l'actualité littéraire, et tout simplement de guider notre choix parmi la multitude d'ouvrages qui paraissent chaque année. **La liste des livres pour l'année 2012/13 est en cours de réalisation.** Prochaine rencontre :

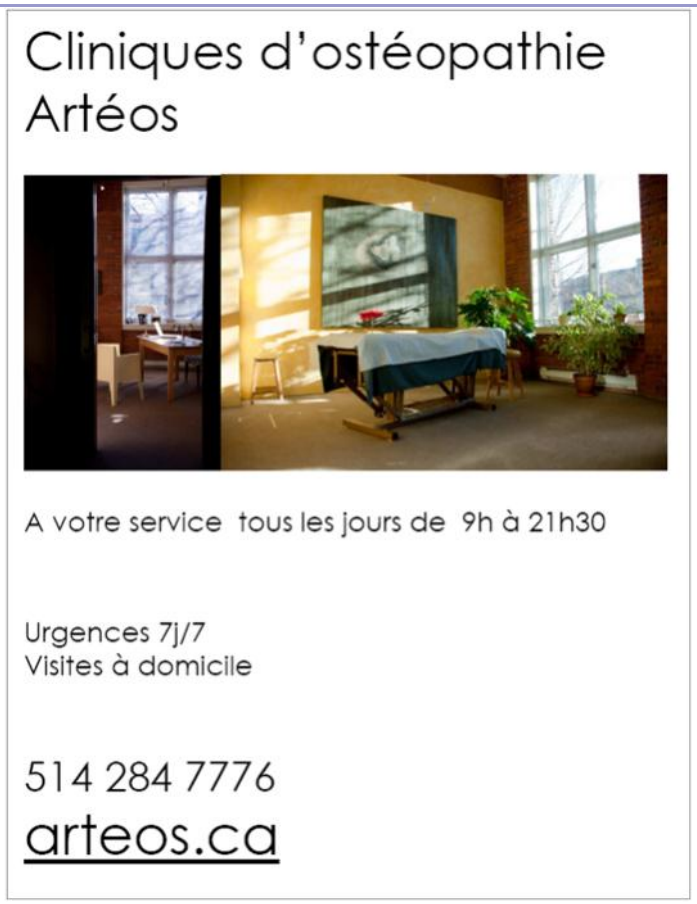
Principe de l'activité : *chacune apporte un ou plusieurs livres de l'année en cours, lors de chaque séance nous discutons du ou des livres que nous avons lu(s), sans dévoiler le contenu. Nous repartons avec un ou plusieurs livres de notre choix, selon notre rythme de lecture, puisés dans la bibliothèque que nous nous sommes créée. Plus nous sommes nombreuses à participer, plus notre bibliothèque sera riche et diversifiée.*

Lundi 17 septembre

Anne et Edwige

Inscription et information via notre site *(Activités— Activités culturelles—Bibliothèque)*

Désirez • Recherchez • Habitez
avec Brigitte Mack
Courtier immobilier
Une résidence de prestige à Mont-Royal! Architecture unique pour ceux qui aiment recevoir. Secteur prisé.
Vous cherchez une propriété? Il me fera plaisir de vous guider pas à pas.
(514) 733-1210
mackb@sutton.com
Sutton



ACTIVITÉS CULTURELLES

Cinéma jour

Une fois par mois, **le mardi**, nous nous retrouvons pour une séance à tarif réduit.

Le film est en général **autour de 12h30** au cinéma *Quartier Latin, 350 rue Émery, Montréal, métro Berri –UQAM* et nous nous donnons rendez-vous aux caisses. Le **titre** du film et l'**heure** de la séance vous sont **communiqués 48h avant par courriel.**

Avant de nous séparer, généralement, nous prenons un petit café, un thé...

Nous avons vu, entre autres, cette année : *Le Havre, Bienvenue au Marigold Hôtel, Et maintenant on va où ?*

Début de l'activité :

Mardi 18 septembre

Sandrine Barrère

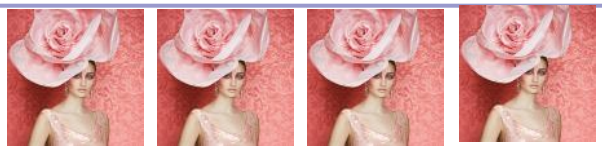
Inscription et information via notre site *(Activités—Activités culturelles— Cinéma jour)*

Vous cherchez :
le meilleur choix de propriétés disponibles
le meilleur acheteur
les meilleures options de prêts
Votre besoin :
un service pragmatique – professionnel – adapté
Michel Wilbois M. Sc.
Courtier Immobilier
514
929
0952
groupe sutton - action inc. Agence immobilière bur : 450 466 4644 fax : 450 466 4626
Sutton
L'immobilier habite

COURS DE PIANO & VOIX
Tous niveaux
SYLVA BALASSANIAN
Tél : (514) 273-4346
Diplômée de l'Ecole Normale de Musique de Paris
Professeure à l'UQAM - Affiliée Vincent d'Indy

ACTIVITÉS CULTURELLES

la *Traviata*



Nous vous proposons pour la rentrée de découvrir ou redécouvrir “La Traviata” de Verdi :

Jeudi 20 septembre

à 19h30

Salle Wilfrid-Pelletier, Place des Arts,
175, rue Sainte-Catherine Ouest, Montréal, H2X 1Z8

« Inspiré de l’immortelle Dame aux Camélias, ce drame intemporel demeure un des opéras les plus joués au monde. Il est servi dans une distribution européenne de grande classe, menée par l’exceptionnelle tragédienne lyrique Myrtó Papatanasiu.

Violetta, courtisane très en vue, aime Alfredo, jeune homme de bonne famille. Le père d’Alfredo convaincra Violetta de renoncer à son amour pour sauver l’honneur… »

Anne Coutant

Inscription et information via notre site *(Activités— Activités culturelles—Opéra)*

JEUX

le bridge

Cette année, tout comme l’année dernière, je vous propose un bridge surveillé dans une ambiance conviviale.

L’activité bridge se fera **tous les mardis** du mois à **13 h 30** à **15 h 30**.

Premier rendez-vous de l’activité :

Mardi 11 septembre

Chez Marie-Agnès Ammeloot

Marie-Agnès

Inscription et information via notre site *(Activités— Jeux—Bridge)*

Pour les doigts qui démangent...

Vous avez les doigts qui vous démangent, nous aussi!

Alors retrouvons-nous **une fois par mois** environ.

Le principe : chaque mois, une nouvelle découverte!

Chaque séance animée par des **intervenants extérieurs ou** par des **bénévoles** vous fera découvrir ou approfondir une activité différente.

Poterie, confection de bijoux, couture, fimo, anciens métiers…n'auront plus de secrets pour vous!

Venez nombreuses vous initier à une activité manuelle....peut-être des vocations vont-elles naître!

Karina, Elisabeth et Caroline

Inscription et information via notre site *(Activités—Activités loisirs—Pour les doigts qui démangent)*

Recycle-Réno

Atelier payant : 10$ par personne
Places limitées (5-6 personnes)

Vous en avez assez de votre déco ? Vous avez trouvé un article ancien que vous voulez relooker ? Vous faites partie des fans de la récup ?

Alors venez participer à mon atelier **un mardi sur deux, de 17h à 18h** (1 heure).

Trucs et astuces seront au rendez-vous. Vous apprendrez comment redonner vie aux choses tout en améliorant votre intérieur et en préservant la planète…

Apportez votre objet :

Mardi 18 septembre

Christine de Castellajac

NB : Les outils manuels et électriques ainsi que les produits nécessaires seront mis à votre disposition.

Inscription et information via notre site *(Activités—Activités loisirs—Recycle-Réno)*

Peinture sur porcelaine

Je vous accueille pour un atelier consacré à la peinture sur porcelaine tous les **samedis matin de 9 H 30 à 12 h.** Le prochain rendez-vous de l'activité aura lieu chez moi :

Samedi 1er septembre

Christine de Castelbajac

Inscription et information via notre site *(Activités—Activités loisirs—Peinture sur porcelaine)*

Desjardins
CARREFOUR DESJARDINS
VOTRE CENTRE DE SERVICES AU CENTRE-VILLE DE MONTRÉAL
• Planification financière
• Conception d'une offre intégrée
• Gestion privée
• Valeurs mobilières
• Financement spécialisé
• Financement hypothécaire
1241, rue Peel, Montréal
desjardins.com/carrefour
DESJARDINS, PRÉSENT POUR LES COMMUNAUTÉS CULTURELLES ET LES NOUVEAUX ARRIVANTS
Ouverture, reconnaissance de la diversité, accueil et appui. Voilà ce qui guide Desjardins dans son engagement envers les communautés culturelles.
Comme acteur important de la sphère communautaire et comme employeur, il pose des gestes concrets afin de mettre en valeur toute la richesse qu'apporte la diversité à notre société.
Pour en savoir plus, prenez rendez-vous avec M. Christophe Berthet, directeur Développement des affaires, Nouveaux arrivants et Communautés culturelles, au 514 875-4266, poste 5042.
En partenariat avec M. Malek Badro, directeur principal et chef des relations interculturelles, 514 336-6612, poste 260.
Desjardins Carrefour
Coopérer pour créer l'avenir

CONFÉRENCES

Montréal mode d'emploi

Cette rencontre d'information est destinée à tous les nouveaux arrivants. Je vous propose de donner des réponses à vos questions, des informations pratiques, des trucs, des adresses utiles et même quelques conseils pour faciliter votre installation…

Est-il vrai que les Montréalais vivent sous terre en hiver ? Pourquoi les feux verts clignotent-ils parfois ? Comment éliminer l'odeur si mon chien a été attaqué par une moufette ?… et bien d'autres informations utiles. Rendez-vous de l'activité :

Mercredi 26 septembre

Laurence Prat

Thèmes abordés : Où vivre à Montréal ? Louer, acheter, le bail…La maison, l'hiver, magasiner, les animaux domestiques, conduire au Québec, transports en commun, sécurité, urgences. Système éducatif, système de santé, système bancaire. Impôts et taxes. Parler québécois, etc.

Inscription et information via notre site *(Activités— Conférence—Montréal Mode d'emploi).*

Camil Dumont
Conseiller en placement
Conseiller en sécurité financière
Tél.: 514 392-7685
camil.dumont@cibc.ca
www.camildumont.com

Profitez de nos Ateliers de planification financière offerts tous les jeudis de 12 h 00 à 13 h 00
1 Place Ville Marie, bureau 4125
(dîner inclus)

RSVP : Michaëlle Dumont
Assistante aux ventes
Tél.: 514 392-7651
michaelle.dumont@cibc.ca

CIBC Wood Gundy

de CIBC Wood Gundy SerCIBC Wood Gundy est une division de Marchés mondiaux CIBC inc., filiale de la Banque CIBC et membre du Fonds canadien de protection des épargnants et de l'Organisme canadien de réglementation du commerce des valeurs mobilières. Les services d'assurance sont offerts par l'intermédiaire de CIBC Wood Gundy Services financiers inc. Au Québec, les services d'assurance sont offerts par l'intermédiaire vices financiers (Québec) inc.

Hedwige Leblanc
Massage suédois cinétique

Uniquement sur rendez vous
Reçu d'assurance

514.651.1334
hedwige.leblanc@gmail.com

En accord avec son corps

Découverte des ruelles vertes

Tarif : 17$

Les projets de ruelles vertes se développent dans nos quartiers. Projets citoyens à valeur communautaire et environnementale, les ruelles vertes recréent des milieux de vie en commun tout en favorisant la préservation de notre environnement. Ce sont de véritables projets de développement durable. Une ruelle verte est un projet citoyen qui demande de la concertation, de la participation et de l'initiative pour pouvoir se développer sur le long terme. Un des enjeux d'une ruelle verte est donc d'ancrer sa réalisation dans la durée.

Venez nous rejoindre pour un circuit pédestre, au cours duquel nous visiterons plusieurs ruelles aménagées du Plateau Mont-Royal. Notre guide nous fera découvrir la diversité d'aménagements et de concepts, dans ces ruelles privées, vertes, hybrides et champêtres… une prise de conscience de l'importance de la nature en ville, ainsi qu'un régal pour les yeux !

Jeudi 27 Septembre
À 10h, plateau Mont-Royal

Christine Jones

Inscription et information via notre site *(Activités—Sorties—Découverte des ruelles vertes)*

BEAUTIFUL SERVICE FROM CANADA
BRYTOR
Déménagement international
TORONTO OTTAWA MONTREAL VANCOUVER
stephan@brytor.ca www.brytor.ca Tel: 514 694 6161
International moving solutions ... our business is moving

Expositions culturelles

Star Wars[MC] identités - L'exposition

*«Découvrez Luke Skywalker, Anakin Skywalker et tous les autres personnages inoubliables de **Star Wars**[MC] sous un tout nouveau jour ! Quel que soit votre âge, explorez avec eux le thème de l'identité en plongeant dans une aventure incroyable. »*

Centre des Sciences de Montréal
Jusqu'au 16 sept. 2012

Les Étrusques - Civilisation de l'Italie ancienne

« Cette exposition permettra de découvrir et d'apprécier ce peuple qui occupe une place importante dans l'évolution de l'humanité et des cultures méditerranéennes et qui, encore aujourd'hui, demeure l'un des plus fascinants de cette période ».

Musée Pointe à Callière
Jusqu'au 25 nov. 2012

Au-delà du Pop Art : Tom Wesselmann

« Cette exposition explique l'évolution du travail de cet artiste dont l'amour du style en fait un héritier des grands maîtres français tels Ingres et Matisse. Sa relecture de l'histoire de l'art et de la définition des genres l'a amené à inventer une esthétique «Pop» aux côtés de Roy Lichtenstein et d'Andy Warhol ».

MBAM
Jusqu'au 7 oct. 2012

ROYAL LEPAGE Dynastie
1175 Bernard O, #100
Outremont (Qc)
H2V 1V5

Magali Jalabert
Agent immobilier affilié
Pour tous vos besoins en immobilier
Achat - Vente - Location
(Aucun frais d'agent pour l'achat ou la location)

Cell: 514-893-7663 Bur: 514-271-4820 mjalabert@royallepage.ca

COIFFURE (STYLISTE - VISAGISTE)
Élodie, coiffeuse
Styliste / Visagiste
20 ans d'expérience européenne
Spécialisations Internationales
Londres, Paris, Montréal
Lionel Groulx
743 Atwater • 514-794-4121

OFFRE **15% DE RABAIS** À TOUS LES MEMBRES DE « MONTRÉAL-ACCUEIL »

Portrait de Frédérique Pagenaud

Premier portrait de l'année 2012/2013 avec Frédérique Pagenaud, coach de maison. Elle nous dévoile son expérience québécoise de plus de 30 ans et sa dernière aventure de création d'entreprise.

Installée au Québec depuis de nombreuses années, Frédérique Pagenaud est désormais plus montréalaise que rochelaise. Passionnée et volubile, elle ne tarit pas d'éloges sur cette métropole qu'elle habite mais aussi qui l'habite ! Elle parcourt Montréal inlassablement, visite les nouvelles boutiques et galeries d'art, fouille et fouine, toujours à l'affût de nouveautés concernant la décoration d'intérieur, les arts de la table mais aussi les arts visuels, la gastronomie… En résumé, tout ce qui touche de près ou de loin, à un certain art de vivre ! Frédérique souhaite partager avec les membres de Montréal Accueil, certains de ses nombreux coups de cœur montréalais.

Frédérique, comment êtes-vous arrivée au Québec ?

Adolescente déjà j'écoutais Robert Charlebois, Gilles Vigneault, Félix Leclerc, Carole Laure. Attirée par les grands espaces, le Québec me faisait rêver. Ce rêve est devenu réalité lorsque j'ai eu la chance de rencontrer un homme qui nourrissait les mêmes aspirations que moi. Le 27 janvier 1982 par -27° C nous arrivions à Mirabel !

A cette époque, trouver du travail dans l'hôtellerie était une affaire de quelques jours : 3 jours après notre arrivée, mon mari Chef de cuisine officiait aux fourneaux du célèbre Restaurant Les Halles, situé sur la rue Crescent. Quant à moi, j'ai travaillé au service des communications et relations publiques du Centre Sheraton, situé sur le boulevard René-Lévesque.

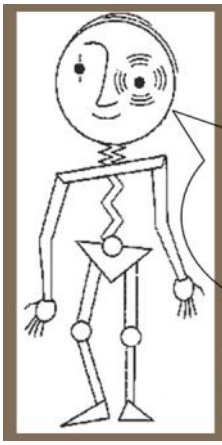
Ce premier séjour à Montréal a duré deux ans. Nostalgiques, nous avions décidé de revenir en France pour tenter une nouvelle aventure, l'ouverture d'un restaurant gastronomique. Cette expérience s'est avérée très satisfaisante mais très exigeante à un moment de ma vie où les enfants étaient encore très petits.

En 1984, nous voilà donc de retour à Montréal. Au hasard d'un dîner, j'ai rencontré une personne de la Chambre de Commerce Française au Canada. Tout est allé très vite : j'ai passé une entrevue et pris mes fonctions en tant que Chargée des relations extérieures, poste occupé pendant près de 7 ans.

Qu'est-ce qui vous a amenée à créer votre propre compagnie SaraVeille ? Et pourquoi le titre *coach de maison ?*

Une envie s'imposa à moi voici bientôt deux ans, celle de fonder ma propre entreprise et ainsi mettre à profit les différentes expériences acquises tout au long de mon parcours professionnel. C'était comme une certaine logique, comme si chaque expérience avait été vécue pour m'amener à cette étape : devenir un coach de maison !

(***Suite page 30)***



PODOLOGIE & POSTUROLOGIE

Thierry Pautrot (Podologue France)

Spécialisé en Posturologie et sur les douleurs chroniques, musculaires et/ou articulaires.
Semelles orthopédiques et/ou orthèses plantaires
Approche globale, avec analyse posturale.

1280 rue Bernard suite 102, Outremont.
T : 514 277 7007

th.pautrot@videotron.ca - www.douleurschroniques.com
Bilan postural, avec analyse des différents paramètres qui entretiennent ou provoquent les douleurs chroniques.
Les douleurs chroniques ne sont pas une FATALITÉ!

(Suite de la page 29)

SaraVeille est donc née, offrant des services de logistique résidentielle et personnelle.

Quant au titre *Coach de maison*, aussi étrange que cela paraisse, je l'ai trouvé dans une revue française !

Pour conclure, pouvez-vous nous raconter une anecdote amusante relative à votre expérience québécoise ?

J'ai eu la chance de faire partie de l'équipe d'ouverture du Centre Sheraton, situé sur le boulevard René-Lévesque. Au service des communications et relations publiques, notre mission était de faire parler de l'hôtel et croyez moi nous avons tout fait pour cela !

Les propriétaires américains du moment voulaient une visibilité maximale, et pour cela, ils étaient prêts à accepter certaines excentricités afin de se démarquer des autres établissements hôteliers montréalais. Nous avons donc eu carte blanche pour organiser des événements et cela nous a permis de laisser aller notre créativité pour surprendre, amuser, et faire parler de l'hôtel dans les médias. C'est ainsi que nous avons, par exemple, transformé la boite de nuit de l'hôtel en camp militaire pour la diffusion du dernier épisode de M.A.S.H., feuilleton célèbre de l'époque et que nous avons accueilli les clients habillés en tenue de combat avec un stéthoscope autour du coup ! Ou bien, que nous sommes allés jusque dans les studios de Radio Canada, précédés d'un accordéoniste, en portant béret sur la tête, baguette sous le bras et panier en osier rempli de bouteilles de vin pour faire la promotion du Beaujolais Nouveau au Centre Sheraton !

Merci Frédérique d'avoir partagé votre parcours et vos passions avec nous !

Catherine Feuillarade

Christine Angelard
514 276 3697
www.christineangelard.com

Dr en médecine (France) homéopathie
Médecine chinoise, naturopathie

Consulte en santé globale à Montréal

4455 Sherbrooke O Westmount
Reçu en naturopathie

LE PALTOQUET
• Pâtisserie • Traiteur •
1464 VAN HORNE
OUTREMONT, H2V 1L2
TEL.: 271-4229

Kennebunkport : homard, embruns, bicyclette, etc.

Pour une montréalaise, hésiter entre Charleston (SC) et Kennebunkport (ME) c'est à peu près la même chose que, pour une parisienne, de tergiverser entre la Bretagne et la Côte d'Azur...

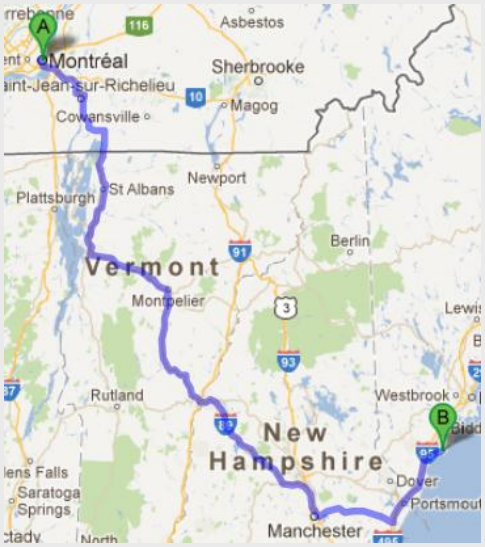
Une fois encore, la distance a eu raison de Charleston et c'est ainsi que je me suis retrouvée à Kennebunkport ce petit coin de paradis, ni perdu, ni lointain, à une journée de voiture de Montréal.

Kennebunkport est une station balnéaire typique de la côte Est: jolie baie, corniche surplombant la mer, village de carte postale, boutiques souvenirs, nombreux restaurants, hôtels victoriens aux façades blanches ou lambris rouges et blancs.

Toute la journée comme une frontière on franchit la rivière sur le petit pont qui traverse le village. Du matin au soir, c'est un va-et-vient continuel entre le vieux et le nouveau Kennebunkport pour faire la queue au *Clam Shack,* et déguster, sur un banc face à la rivière, un de ses fameux *lobster roll* qui a vraiment l'odeur et le goût de la mer, ou une *clam chowder* comme vous n'en trouverez nulle part ailleurs. Alors que je patientais depuis près de trois quart d'heure dans une file qui ne cessait de s'allonger, une touriste originaire de Miami m'interroge : '' do you know if it's worth waiting for? '' Définitivement, oui ! Ça vaut la peine d'attendre.

Kennebunkport c'est aussi le royaume du vélo. Attention : les vélos n'ont pas de freins mais sont équipés d'un système de rétropédalage. Tous les matins j'ai donc enfourché une pétillante bicyclette vert fluo prêtée par l'hôtel et pris la direction de la corniche ou de la baie pour une balade d'environ une heure et demie. Les routes sont pourvues de pistes à vélo et il est possible de varier les itinéraires : d'une plage à l'autre, d'un bout du village à l'autre, mais aussi à travers les bois.

Kennebunkport c'est aussi l'happy hour après une baignade sportive au milieu des rouleaux dans une eau... un peu fraîche. Les surfeurs ne s'y trompent pas : ils ne partent à l'assaut des vagues qu'équipés de combinaisons de plongée. Mais au fond : l'air iodé, les vagues, la fraîcheur de l'eau participent à une thalassothérapie totalement improvisée...



Kennebunkport c'est enfin se laisser tenter par la crème glacée du soir...Pour découvrir la plus extravagante, rendez-vous à Kennebunkport et suivez les petits pots au carton orangé...

Anne Mauger

Hébergement, restauration, loisirs :

Kennebunkport., Maine—The Place to be all Year.

The Clam Shack.

Kennebunkport Inn

Nonantum Resort

LES ANIMATRICES

Activités culturelles

- **Ballets** : Myriam Le Liboux
- **Bibliothèque** : Anne Desmoulins
- **Brouillon de culture** : Aline Huni
- **Cinéma enfants:** Aline Huni
- **Cinéma jour** : Sandrine Barrère
- **Opéra :** Anne Coutant
- **OSM** : Patricia Dubé
- **Visites culturelles** : Christine Jones

Conférences

- Nathalène Chapuis

Activités sportives

- **Golf** : Patricia Dubé
- **Gymnastique** : Eliane Monnier
- **Marche et raquettes** : Gisèle Giraud
- **Ski de fond et balade à vélo** : Ilona Kalnoky

Activités linguistiques

- **Conversation anglaise** : Teresa Lunsford, Nadine Wolff & Theresa Connolly.
- **Conversation espagnole :** Ana María Nanty , Ana Elia Giandominici, Nidia Serrano-Morisset.
- **Conversation italienne** : Caroline Guiot

Activités loisirs

- **Ateliers créatifs** : Christine de Castelbajac, Anita Nanty et Karina Jousselme

Jeux

- **Bridge** : Marie-Agnès Ammeloot

Ateliers

- **Carrières et réseautage** : Céline Chabée
- **Chant** : Véronique Pycke
- **Coaching santé** : Véronique Pycke
- **Club dégustation et cuisine** : Anne Coutant

DR. PHILIPPE ESTÉREZ m.d.
Médecine générale
et\ou Homéopathie
(Bureau et visites à domicile)

NOUVEAU

Consultations d'urgence
du lundi au vendredi sur rendez-vous
(ouvert à tous sans disctintion :
patients, non-patients, patients
étrangers)

505, avenue Stuart
Outremont, H2V 3H1
(entre Bernard et St-Viateur)
Sur rendez-vous seulement

514-278-8981 Bureau
514-913-7973 Cell
(utilisez le no. de cellulaire pour
visites à domicile
en dehors des heures de bureau)

Médecin non-participant :
(Non payé par la R.A.M.Q.)

Retrouvez les coordonnées des responsables d'activité sur notre site (*Activités*)

Montréal Accueil : une belle idée !

En 2011, le Québec a accueilli 51 737 immigrants, dont 3235 français qui constituent la 5ème plus grande communauté après respectivement Haïti (5091), la Chine (4916), l'Algérie (4067) et le Maroc (3943). Je vous renvoie d'ailleurs aux statistiques publiées par le MICC, Ministère de l'Immigration et des Communautés Culturelles du Québec qui offre une description précise et objective de la réalité multiculturelle du Québec..

Je fais partie de ces immigrants qui, comme beaucoup d'entre vous, ont quitté la France, pour des impératifs professionnels ou pour un projet de vie, et qui se sont retrouvés dans cette réalité Nord-Américaine. En effet, même si nous partageons la même langue avec nos cousins Québécois, l'influence britannique, la proximité des voisins américains et les immigrations successives ont fait du Québec une province avec sa propre identité, ses propres valeurs et références qui diffèrent en de nombreux points de nos repères européens.

C'est dans ce contexte que je suis devenue membre de Montréal Accueil et que je souhaite vous apporter aujourd'hui mon témoignage.
Nous avons immigré en Août 2009 et le facteur déclenchant a été les études universitaires des enfants.
L'aîné avait passé son baccalauréat à Paris et avait été admis à l'Université McGill. Il est donc venu au Québec en 2008. Lorsque le cadet a été aussi accepté à la même université, nous avons décidé de tous venir en famille. Nous avons inscrit la benjamine au Collège Stanislas jusqu'à son Bac et, sur le même modèle que ses frères, elle suit désormais des cours aussi à McGill.

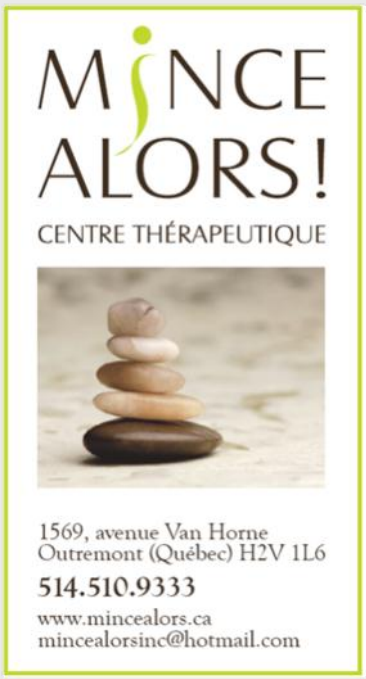
Mon mari a pu conserver son activité professionnelle depuis Montréal et moi, qui avais dû démissionner de mon poste en France, je me suis mise à chercher du travail.
J'ai eu la chance de trouver un travail assez vite, après 2 mois, pour une société de Biotechnologie à Laval. Le marché du travail est assez dynamique ici mais un bon niveau en Anglais est souvent, sinon toujours, un prérequis. Ce travail m'a apporté de grandes satisfactions et une immersion totale dans la société québécoise.
Au bout de 2 ans, une réorganisation interne a mis fin à mes fonctions et, plutôt que de retourner à un poste de salarié, j'ai décidé d'aller vers la création d'entreprises et je propose désormais tous types de services à domicile: une nouvelle aventure dans le pays de l'Entreprise !

C'est à cette croisée de chemin que j'ai découvert Montréal Accueil.
J'ai apprécié le côté relationnel.
J'ai apprécié l'offre d'activités, pour tous les goûts et intérêts, tous les emplois du temps et tous les budgets.
J'ai apprécié la liberté d'entreprendre qui permet ainsi à l'une de nos nouvelles arrivantes, Bérengère, de proposer une nouvelle activité, le pique-nique de bienvenue ou « Welcome attitude ».
J'ai apprécié… Je ne vais pas continuer mon inventaire à la Prévert mais vous laisser découvrir par vous-même toutes les ressources de cette association qui m'a permis de retrouver mes racines tout en découvrant un nouvel environnement.

Le meilleur des 2 mondes, n'est-ce pas ?

Je serais heureuse de partager davantage mon expérience avec chacune. N'hésitez pas à me contacter pour un conseil, un commentaire ou un café !

Catherine Feuillarade



LE COIN DES LECTEURS

William Boyd, *L'ATTENTE DE L'AUBE*, Paris, Seuil, 2012.

A propos de son dernier livre, Boyd dit lui-même que le plaisir de la lecture est d'être surpris et d'être entraîné par les embardées et les détours du narrateur. Pari réussi puisque les surprises et l'imprévu se multiplient dans ce roman qui se transforme petit à petit en roman d'espionnage. Le héros (malgré lui) perd petit à petit le contrôle de sa vie en devenant dépendant des événements qui s'enchaînent.

Venu soigner son anorgasmie à Vienne en 1913 grâce à la toute nouvelle psychanalyse, un jeune acteur britannique, Lysander Rief, va croiser chez son médecin une jeune femme d'une grande beauté. On devine la suite. La belle va guérir Rief de son problème intime, mais le remède se transforme vite en catastrophe car il est accusé d'une histoire invraisemblable. Une seule solution: la fuite grâce à deux diplomates britanniques. Mais un service n'est jamais gratuit et Lysander va être entrainé dans les coulisses de la guerre qui éclate. Après s'être retrouvé sur le champ de bataille, plutôt que de combattre l'ennemi, il va chasser l'espion. Cela le conduit à Genève, puis à Londres, où il retrouve, entre autres, les scènes de théâtre.

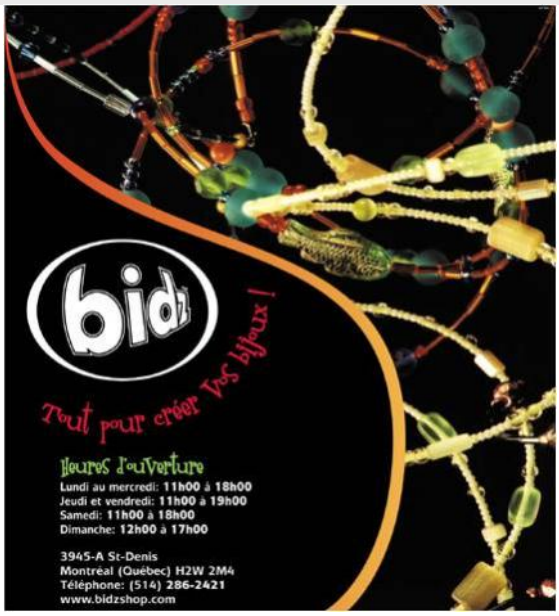
On savait que le conflit de 14-18 réussissait à Boyd (*Les Nouvelles Confessions)* et que le monde des agents secrets ajoute une richesse potentielle au sujet (*La Vie aux aguets*). Dans ce nouveau roman, les deux univers sont réunis. Chez Boyd, l'imagination bat des records et coule de source, multipliant les surprises, les décors, l'imprévu et les personnages. À l'imagination s'ajoute un univers très documenté. Nous sommes plongés dans les coulisses des théâtres, les méandres de la bureaucratie militaire, et les rapports d'un fils avec sa mère remariée.

« Plus nous en savons, moins nous en savons. C'est drôle, mais je peux vivre très heureux avec cette idée. Si ceci est notre monde moderne, alors je me sens un homme très moderne » dit Lysander Rief. L'incertitude est-elle synonyme de modernité ? Oui, répond Boyd. « Nous nous méfions de la vérité, des réponses faciles. Le doute et la méfiance font partie de notre organisation mentale. Je ne crois pas que ce soit mauvais : plus nous sommes conscients de la multiplicité des interprétations, mieux c'est. » Si nous ajoutons à cela l'idée que les personnages se retrouvent victimes des événements et perdent le contrôle sur leur vie suivant l'idée de Boyd que nous avons tous l'impression que nous contrôlons nos vies alors que le monde est mené par la chance, bonne ou mauvaise, alors oui, *L'attente de l'aube* est un roman très moderne.

William Boyd est chargé d'écrire le prochain James Bond. Il fera ça comme personne. His name is Boyd. William Boyd.

Bonne lecture !

Edwige Durand



COUPS DE COEUR

J'aime parcourir Montréal, toujours à l'affût des nouveautés que l'on peut dénicher dans les nombreuses boutiques ayant un lien avec la décoration, les arts de la table, les arts visuels, la gastronomie… Bref, tout ce qui touche de près ou de loin, à un certain art de vivre !

Que ce soit pour mes clients ou pour un achat personnel, pour dénicher un cadeau fait au Québec, j'aime aller chez ***Royer Objets et Trouvailles*** qui vient tout juste de quitter la rue Laurier pour s'installer sur la rue McGill : une sélection des coups de cœur de la propriétaire !

Un peu plus loin, en se dirigeant vers la rue Notre-Dame vers le secteur Griffintown, j'aime la boutique ***Beige Style Déco,*** qui nous propose une belle collection de meubles, produits de toilettes, plaids douillets, objets divers et surtout, de magnifiques lignes de linge de lit et de table dans des nuances de couleurs extraordinaires, parfaites pour des décorations monochromes.

Quelques antiquaires sur cette rue proposent également de belles pièces, de facture plus classique en général.

Une autre boutique dans laquelle je trouve une belle sélection variée, tant au niveau des styles que des objets choisis, est la ***boutique du Musée des Beaux-Arts de Montréal.*** Pour chaque nouvelle exposition, pour chaque changement de saison, j'ai toujours hâte d'aller voir ce que la directrice de la boutique, Sylvie Labrosse, nous a réservé comme surprises !

Un peu plus loin, sur la rue Sherbrooke dans le quartier Westmount, il y a la célèbre boutique ***Ben & Tournesol*** qui propose toutes sortes d'articles et en exclusivité sur Montréal, la collection de linge de maison de Designers Guild. Je dois vous avouer que Tricia Guild est l'une de mes designers préférées, grande source d'inspiration pour moi tant dans ses décorations classiques et un brin vintage, que dans ses élans très colorés et contrastés. J'ADORE !

Toujours à Westmount mais sur la rue Green, un petit trésor est logé au premier étage d'un édifice : ***l'Institut Guerlain*** de Montréal ! La magnifique boutique propose les parfums de la célèbre marque pour toute la maison, tant pour notre salon que pour rendre notre oreiller odorant. Bien sûr, on y trouve également les parfums habituels, certains sont exclusifs à la boutique et on peut se procurer les deux fameux parfums *Petite robe noire 1* et *2*, le *n°3* étant à la veille d'arriver à Montréal. Non seulement boutique, cette antre de la beauté et du bien-être, est également un institut où le professionnalisme, la délicatesse et la gentillesse de l'esthéticienne, Laurie Dusserre, vous apporteront un moment de détente inoubliable avec des soins de beauté parfaits. Luxe, calme et volupté au rendez-vous pour un moment bien à nous !

Pour la vaisselle, il y a l'incontournable vaisselle blanche certes, mais ce qu'il y a de merveilleux chez ***Trois Femmes et un coussin,*** situé sur la rue Gilford, est qu'elles offrent un service de design spécialisé et personnalisé sur une porcelaine blanche magnifique, raffinée, aux courbes épurées, venant essentiellement du Portugal. Que rêver de mieux que de pouvoir créer son propre service de table ! On adopte la formule, qu'en pensez-vous ?

Et puis il y a le Village Monkland, le quartier italien avec son célèbre Marché Jean Talon, la non moins célèbre quincaillerie Dante et ses cours de cuisine italienne, le Mile End avec ses boutiques dont l'antiquaire ***Style Labo*** qui regorge de pièces vintage, offrant un style industriel et des créations du moment.

Le boulevard Saint Laurent propose désormais, au niveau du Mile End, quelques boutiques fort intéressantes, comme cet antiquaire spécialisé dans le design des années 50 et 60.

Et puis, il y a mon quartier, Outremont, que je parcours depuis tant d'années et le plus souvent à pied. J'aime flâner sur Laurier évidemment, pour me rendre dans la caverne d'Ali Baba de la cuisine… J'adore la boutique ***Les Touilleurs,*** je me sens comme une enfant dans un magasin de jouets, le personnel est courtois et propose toujours un service hors pair ! On y trouve le moule à cannelés (spécialité bordelaise) dans différents formats accompagné de la recette !

Plus proche de chez moi, la rue Bernard, avec sa célèbre ***Librairie d'Outremont*** et son non moins célèbre libraire, Roland Benchimol, toujours fidèle au poste depuis de nombreuses années pour notre plus grand plaisir !

Frédérique Pagenaud

septembre 2012

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	Sam.
						1 **9:30**Peinture sur porcelaine
2	3 Férié	4	5 **9:30**Café de rentrée (nouvelles) **9:30**Café de rentrée (anciennes)	6	7	8 **9:30**Peinture sur porcelaine
9	10 **9:30** Marche	11 **9:30**Gym **9:30**Golf **13:00**Conversation espagnole **13:30**Bridge	12 **9:30** Café poussettes	13 **9:30** Café grand quartier **20:00**Soirée entre filles F Bar	14 **10:00**Conversation anglaise	15 **9:30**Peinture sur porcelaine
16 **12:00**Pique Nique nouveaux arrivants	17 **09:30** Marche **09:30** CA **13:00**Bibliothèque	18 **9:30**Gym **12:00**Cinéma **13:30**Bridge **17:00**Recycle-Réno	19 **10:00**Café quartier **13:30**Brouillon de culture **En soirée :** Carrière et réseautage	20 **19:30**Opéra La Traviata	21 **10:00**Conversation anglaise	22 **9:30**Peinture sur porcelaine
23	24 **9:00**Cours de cuisine **9:30** Marche	25 **9:30**Gym **9:30**Golf **13:00**Conversation espagnole **13:30**Bridge	26 **10:00**Montréal mode d'emploi	27 **10:00**Visite des ruelles vertes de Montréal	28 **10:00**Conversation Anglaise **19:00** Cocktail de rentrée	29 **9:30**Peinture sur porcelaine

Montréal Accueil

Consulat Général de France
1501 Mc Gill Collège
Bureau 1000
Montréal, H3A 3M8

Messagerie :
montrealaccueil@yahoo.fr

Montréal Accueil est affiliée à la FIAFE (Fédération Internationale des Accueils Français et Francophones à l'Étranger) www.fiafe.org

Notre cotisation annuelle est destinée à couvrir les frais de fonctionnement de l'association. Nous rappelons que l'association décline toute responsabilité en cas d'accident ou d'incident lors des activités proposées.

Pour ceux qui souhaitent rejoindre l'association ou qui auraient oublié de renouveler leur adhésion, veuillez contacter notre trésorière Virginie Vargel.

montrealaccueil@yahoo.fr

Retrouvez nous sur notre site
www.montrealaccueil.com
Et sur Facebook

Merci à nos auteurs: *Sandrine Barrère, Caroline, Christine de Castelbajac, Anne Coutant, Céline Chabée, Pascal Chene, Maïté Dolz , Patricia Dubé, Edwige Durand, Elisabeth, Catherine Feuillarade, Céline Flamme, Émeline Forray, Gisèle Giraud, Aline Huni, Isabelle Jacquemard, Christine Jones, Karina, Myriam Le Liboux, Teresa Lunsford, Frédérique Pagenaud, Bérangère Paineau, Véronique Pycke, Nidia Serrano-Morisset.*

Un grand merci à toutes celles qui ont de près ou de loin participé à l'élaboration de ce bulletin et tout particulièrement aux yeux de lynx des réviseurs ♥

Crédit photo :

- Page de couverture *: Catherine Guérin*
- Affiche cocktail de rentrée *: Delphine Delair*

Merci à tous pour votre participation toujours aussi nombreuse à nos différentes activités.

N'hésitez pas à nous faire suivre vos photos prises pendants ces bons moments, elles seront diffusées sur le site dans la rubrique album photos.

Nous vous rappelons que les photos ne sont visibles que par les membres !

Envoyez les photos à site_internet.montrealaccueil@yahoo.ca

Vous souhaitez passer une petite annonce et bénéficier du réseau de diffusion de Montréal Accueil ?

Rien de plus facile ! Contactez Guenièvre Milliner au 514-278-7317 ou guenievre.milliner@gmail.com

Elle sera diffusée à la liste des membres ayant donné leur accord pour recevoir nos petites annonces et figurera sur notre site internet ainsi que sur le prochain bulletin à paraître. Tarif : **Gratuit** pour les membres et 20$ pour les non membres

Responsable bulletin *: Catherine Guérin*

Bulletin réalisé et mis en page par *: Anne Mauger*